



Hauptgang

Schweinefleisch an Curry aus dem Ofen

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

500 - 600 gr	Schweinefleisch (in Gulaschwürfel geschnitten)
	Olivenöl fürs Anbraten der Fleischstücke
	Butter für das Ausbuttern der Gratinform
2 EL	Currypulver Madras (wer's scharf will nimmt mehr)
2 dl	Rindsbouillon, kräftig
3 Stück	Zwiebeln, geschält und in Ringe geschnitten
150 gr	Erbsen (tiefgekühlt oder eine kleine Dose)
150 gr	Pilze (Dose) oder frische Pilze (z.B. Champignons, braun, in Scheiben geschnitten)
150 gr	Lauch, in Ringe geschnitten
1 Dose	Ananasscheiben (kleine Dose), in mundgerechte Stücke geteilt
	Ananassaft (aus der Dose)

Für den Guss:

2 dl	Rahm (oder Rahm/Kokosmilch gemischt, oder nur Kokosmilch)
1 Becher	Crème fraîche (200 gr)
1/2 TL	Sambal Olek oder Harissa (Tube)
	Salz, sowie Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Backofen	Backofen auf 200 Grad vorheizen
Gratinform	Eine weite grosse Gratinform ausbuttern.
Bräter	Im Bräter einen kräftigen Schuss Olivenöl erhitzen und das mit Salz und Pfeffer gewürzte Fleisch allseits anbraten. Fleisch entnehmen. und in die Gratinform legen.
Curry, Bratbutter (oder Butter), Zwiebelringe	Das Currypulver in die heisse Pfanne geben und anrösten. Die in Scheiben geschnittenen Zwiebeln hinzufügen und kurz glasig dünsten.
Ananassaft	Mit dem Ananassaft aus der Dose ablöschen und die Rindsbouillon beifügen.
Pilze, Erbsen, Lauchringe, Ananasstücke	Pilze, Erbsen, Lauchringe sowie die Ananasstücke beifügen und ebenfalls kurze Zeit mitdünsten. Alles in die Gratinform über das Fleisch geben.
Rahm (oder Rahm/Kokosmilch oder nur Kokosmilch), Crème fraîche, Sambal Olek	Sämtliche nebenstehenden Zutaten (Guss) in einer Schüssel verrühren und über das Gemüse und Fleisch in die Gratinform giessen.
Bräter in den Ofen	Das Gericht in der Gratinform eine Stunde, abgedeckt (mit Deckel oder ALU-Folie) im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen, auf der mittleren Schiene, schmoren. Am Ende der Backzeit noch 15 Minuten ohne Deckel backen.

Variante:

- Es können Lauch, Keven oder rote Peperoni (anstelle der, oder zusätzlich zu den Erbsen) beigegeben werden.
- Ebenfalls Kokosflocken, zum darüberstreuen auf dem Teller, passen gut zu diesem Gericht.